



¿POR QUÉ?

La evidencia científica de la efectividad y resultados que se logran en el deportista con una buena nutrición y suplementación conlleva a desafíos que demandan el máximo de profesionales cualificados en el área de nutrición deportiva.

Los deportistas profesionales y no profesionales, cada vez más, conocen y reconocen de la importancia de su alimentación para mantener un buen estado de salud y al mismo tiempo optimizar su rendimiento deportivo, convirtiéndose la nutrición en un verdadero "entrenamiento invisible".

OBJETIVOS

- Formar profesionales de la salud y nutrición que desarrollen correctamente la planificación de la atención nutricional a deportistas en todas sus fases que van, desde el diseño hasta el monitoreo y evaluación del programa y que sea acorde con el descanso, entrenamiento, precompetición, competición y recuperación.
- Contribuir a mejorar las condiciones de salud y nutrición de deportistas no profesionales y profesionales en Guatemala, para mejorar su rendimiento deportivo por medio de expertos en nutrición deportiva que diseñen un plan personalizado y adaptado a cada deportista, acorde a su disciplina deportiva y que incluya suplementos nutricionales de una manera ética y basados en evidencia científica.

EL EGRESADO

- Profesional responsable de proyectos en el área de la nutrición en el deporte que diseña planes nutricionales a deportistas no profesionales y profesionales, federaciones, gimnasios, equipos deportivos y centros de alto rendimiento, y asesora empresas de nutrición deportiva e industrias de la suplementación deportiva y ayudas ergogénicas.

PLAN DE ESTUDIOS

Ciclo 1

- Actividad física y deporte, anatomía funcional, bioquímica en el deporte.
- Valoración funcional del deportista.
- Valoración nutricional del deportista.
- Cineantropometría (Certificación ISAK, nivel 1).
- Planificación nutricional en el deporte
- Nutrición en el deporte

Programa b-learning que incluye siete cursos virtuales y tres cursos presenciales en Guatemala.

Ciclo 2

- Laboratorio de nutrición en el deporte.
- Estudio de casos de nutrición deportiva
- Ayudas ergogénicas, dopaje y farmacología en el deporte
- Nutrición adaptada a situaciones especiales y otras competencias
- Planificación y prescripción nutricional en el deporte:
Laboratorio de ayudas ergogénicas/ gastronomía deportiva
- Innovación y emprendimiento en nutrición.

El trabajo de graduación es un módulo transversal.

